

## Conti Mirco

Il consumo di alcol tra i giovani è un gran problema; in un sondaggio fatto a dei giovani sulle loro prime esperienze di ubriachezza è risultato che il 27% l'ha avuta in una festa con gli amici o parenti il 15% dopo una cena con parenti o amici; il 16% al bar, al pub o in discoteca mentre solo il 4% al ristorante ma successivamente sono comparse delle risposte tipo se bevo non guido o so che è un rischio ma mi piace farlo; spesso sono i genitori a rimproverare i figli sull'abuso dell'alcol.

Nel nostro paese si è passati da un modello mediterraneo con consumo di vino quotidiano e moderato a un modello nord europeo con un consumo più assiduo di alcolici. Il decennio 2000-2010 ha visto una crescita del consumo di super alcolici, vino, birra e amari che implicano spesso un consumo fuori dai pasti e a stomaco vuoto e con frequenza occasionale. In questo decennio è anche aumentata l'assunzione di alcolici dopo i pasti da parte delle donne come degli uomini; quelle donne che assumono alcol sono spesso delle casalinghe un po' infelici dal tipo di vita che fanno o vedove e senza tante compagnie che cercano conforto nell'alcol.

Il consumo fuori pasto è anche radicato tra il giovanissimi di 15-24anni e in questo decennio è aumentato; le ragazze che consumano fuori pasto sono triplicate. Recentemente si è anche diffuso il binge drinking una moda del nord Europa che è come un tour dell'alcol tra diversi bar o pub ma fortunatamente nel 2010 ha riguardato una stretta minoranza tra i soggetti intervistati. L'abitudine al bere delle ragazze è aumentata ma non come i maschi ma comunque desta qualche campanello d'allarme. In un incontro fatto a scuola, una dottoressa ci ha detto che l'alcol per le donne è più dannoso che per gli uomini perché in genere le donne sono meno robuste rispetto agli uomini. Negli ultimi anni tra le femmine è aumentato il consumo di bevande alcoliche tipicamente maschili come la birra e gli aperitivi alcolici.

L'alcol è fortemente responsabile degli incidenti stradali, infatti quasi il 40% dei maschi e quasi il 20% femmine morti per incidenti stradali sono morti in incidenti legati all'alcol. I giorni della settimana in cui sono maggiormente concentrati gli incidenti sono il venerdì il sabato e la domenica e la mortalità è concentrata tra questi giorni mentre durante la settimana la percentuale è minore. Nel 2009 quasi la metà degli incidenti notturni è stata dovuta all'alcol.

L'alcol se assunto in maniera assidua può provocare seri danni alla salute come tumori, cirrosi epatica o altre malattie e in certi casi portare al suicidio. In Europa è la terza causa di morte prematura dopo il fumo e l'ipertensione.

Molte volte capita di vedere in televisione e sui giornali la pubblicità di bevande alcoliche. Esistono comunque delle disposizioni in materia di pubblicità, ad esempio è vietata la pubblicizzazione di alcolici durante la trasmissione di programmi per bambini o ragazzi o in luoghi frequentati da ragazzi, o degli orari in televisione in cui non devono comparire pubblicità sull'alcol.

Per prevenire i problemi e i rischi dell'alcol, si cerca di incoraggiare e incentivare i produttori di bevande alcoliche a aumentare la ricerca nel produrre bevande meno alcoliche, dando anche una buona informazione, inoltre è utile dare un messaggio non solo di tipo sanitario e sociale ma anche attraverso adeguate campagne di educazione sul saper bere.